



アルムの里から

第 23 号

発行日 平成24年 7月23日 編集・発行 グリーンアルム広報委員会

郵便番号:382-0034 住所:長野県須坂市大字仁礼7番地10 電話番号:代表026-215-2662

かつては「痴呆」と呼ばれていた認知症。2004年に名称を「認知症」と改め、昨今では色々な場面で耳にするようになりました。認知症について学ぶ機会が増えることにより、「痴呆の人は何も分からなくなってしまう」といった誤解や偏見は以前に比べると少なくなっています。しかし理解することで、昔からの誤解や偏見がなくなります。そして不安や悩みも少なくなります。そんな人が回りに増えたことによって、認知症の人にもその家族にも大きな力となります。

認知症はからだの病気です。脳が病におかされることが多い、記憶や理解や判断といった脳の認知機能が損なわれてしまうのです。思い出そうと思つても思い出せないイラク感や不快感、ものごとが分からなくなる不安感などが常にあります。だから「認知症になると何も分からなくなるから、本人は楽だ…」といふことがあります。記憶を中心とした知的機能は失わなくていいですが、感情が失われるだけではありません。記憶を中心とした知的機能は失われていきますが、それが現れる症状や生活の支障の様子が変化していくわけではありません。むしろ失われた知的機能を補うためか、より豊かに鋭くなるとも言われます。自分が周囲

グループホームグリーンクリスタル

管理者 斎藤 俊一

認知症のお話

かかりは「痴呆」と呼ばれていた認

知症。2004年に名称を「認知症」と改め、昨今では色々な場面で耳にするようになりました。認知症について学ぶ機会が増えることにより、

どう見ているかを敏感に感じています。できないうことが次第に増えて、自分自身が壊れていくような不安感を抱えて苦しんでいます。そんな認知症の人の気持ちを知ることにより、認知症の人への関わり方が変わってしまいます。周囲の人たちの関わり方が少し変わるだけで、認知症の人本人の不安や混乱が和らぎます。

「認知症は
心の病ではありません」

認知症の人への対応の心得“3つの‘ない’”

- 1.驚かせない
- 2.急がせない
- 3.自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

- まずは見守る ●余裕をもって対応する
- 声をかけるときは1人で
- 後ろから声をかけない
- 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- おだやかに、はっきりした滑舌で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する



認知症の人への対応 ガイドライン
認知症サポートー養成講座標準教材より

「みんなで支える
認知症ケア」

認知症の高齢者は、現在
推計200万人を超え、
2025年頃には300
万人を超えると予測され
ています。2005年から、
「認知症を知り地域をつく
る10か年」というキャンペ
ーンが始まりました。多
くの人々が正しく認知症
を理解して、認知症の人と
その家族が安心して暮ら
せる町づくりを目指した
ものです。その活動の一環
として、「認知症サポー
ターカンパニー事業がスタートしまし
た。「認知症サポートー」とは、認知症について正し
く理解し、認知症の人や家
族を温かく見守り、支援す
る心援者のことです。全国各自治体での
取り組みの結果、スタート4年で100
万人を達成し、昨年度末では330万人
を超えました。須坂市でも2815人の
方が養成研修を受講して、「認知症サポー
ター」となっています。認知症の人やそ
の家族のみならず、地域全体が安心で暮ら
しやすい社会となり、それがまた認知症
ケアの質を高めていくことに繋がってい
ます。

この活動に興味をお持ちいただける方
は、須坂市の地域包括支援センターにお
問い合わせください。地域の集会、近所、
職場、学校等で皆さんに「正しい知識と対
応」をお伝えする講師役「キャラバン・メ
イト」を紹介していただけます。

「あなたも
認知症サポーターに」

認知症の人と家族の関わりの中でのエピソード

(うれしかったエピソード)

童謡「カナリア」と一緒に歌っているとき、「歌を忘れたカナリアは、うしろの山に捨てましょか…」という歌詞を歌った後で、「かわいそうね。うちに来ればいいのにね」と言っていた。忘れることに敏感になっている頃でした。自分は忘れても、この家で楽しく過ごしているので、歌を忘れたカナリアも家に来ればいいのと思ったようです。

「家族アンケート(2004年) 認知症の人と家族の会実施
りんくるvol.6より」

今現在介護を行っていて不安や悩みを
感じている方もいらっしゃると思います。
身近な方で認知症の家族を抱えている方
がいても、どう関わって良いか分からぬ
方もいらっしゃると思います。認知症は、
誰にも起つります。現在は様々な
相談機関があり、諸機関が連携してい
く体制が整つてしまっています。悩みを一人で
抱え込まずに、どうでも誰でも相談して
みてください。

当法人内、グリーン在宅介護支援セン
ター、グループホームグリーンクリスタル
でも相談を承ります。

「抱え込まないで」

こんにちは
樅の木ヘルパーステーションです

樅の木ヘルパーステーション (訪問介護事業所)

グリーンアルム複合施設には、施設サービスと居宅サービスが幅広く展開されていて、各サービスが連携しあって、継ぎ目のないサービスの提供を目指しています。その中で、居宅サービスの一端を担っているのが、樅の木ヘルパーステーションです。

在宅生活で介護や支援を必要とする方のお宅を訪問し、ホームヘルパーが入浴・食事・排泄などの身体の介護や、掃除・洗濯・調理・買い物などの生活の援助をさせていただきます。

スタッフは管理者を含めて5名。4名のヘルパーがお宅に伺います。私たちは皆様に“笑顔”をお届けして、皆様の“笑顔”をお土産にいただきながら、ご自宅で快適で楽しむお過ごしいただくためのお手伝いをさせていただいている。



アルム祭のお知らせ

第9回

アルム祭

日 時 平成24年7月29日(日)
1:00p.m.~4:00p.m.

場 所 グリーンアルム複合施設

皆様のご来場をお待ちしております。



ケアハウス ピュアリツ(軽費老人ホーム)の遠足

ケアハウス ピュアリツは毎年、年間行事として5月~6月にかけて「春の遠足」を行っています。入居者様と職員が一緒に外出します。今まで、松代温泉・ほんぽこの湯・善光寺などいろいろな所へ行つきました。

今年は、小布施へ行き岩松院・フローラルガーデン小布施に立ち寄り、お昼はかつば寿司に寄つて来ました。若いころよく来たという岩松院。八方睨み鳳凰図を久しぶり見てきました。昔は、石畳の階段も一人で上れたけど今は、人の手を借りないと上れないという方がほとんどです。昔と変わらない風景を見て懐かしんでいる方や、昔と変わってしまった風景を見て時代の流れを感じている方、お一人お一人久々の外出を楽しんでいました。

歳を重ねると、身体の調子等から外出する機会が減ってしまいます。転ばないか…帰ってきて具合が悪くならないか…など、自分から外出を控えてしまったり、周りの人たちも慎重になってしまいます。

私たち職員は、「外の空気を感じる」という何気ないことがとても大事という思いのもと、身体への負担が少ないように考え、緊急時の対応を確認した上で外出先を決め、取り組んでいます。これからも「春の遠足」を続けていきたいです。おすすめの「観光名所スポット」教えて下さい!!



梅雨のジメジメ、ムシムシした陽気の日々が続いております。夏になると「節電」や「クールビズ」という言葉が定着しつつある昨今ですが、その影響からか? 最近、ステッカがひそかに注目を集めているようです。衣料品店の広告などでよく掲載されているのを見かけます。ステッカ」というと、「おじいちゃんのはく物」というイメージがありますが、最近のステッカはカラフルなデザインの物など若い世代向けに作られている物もあります。この時代になつてもステッカのような昔からの物、電気に頼らずに暑い夏を快適に過ごすための昔からの知恵が見直されています。この時代になつてもステッカのようないアナログな方法では、昔ながらの物方が優れているような気がします。

これまでステッカの事を書いたので、気になつてステッカについてもう少し調べてみました。すると意外な事実が…「汗を吸着したり滑りをよくしたりする役目もあり、ズボンを痛めにくくする効果があるほか防寒効果もある」とありました。

本来の目的は「夏を涼しく」ではないようです。考え方によつては、昔ながらの物は変わらずに使い方を変えたと言えるのかもしれませんね。

いずれにせよ、熱中症に気をつけて、知恵と工夫で暑い夏をのりきりましょう。最後になりましたが、7月29日(日)にアルム祭を開催いたします。ステッカのイベントや、屋台にフリーマーケットなどを企画しています。ぜひぜひ、遊びにお越し下さい。(林)

